

Spis treści

|                                                                                                                                                     |               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| <b>Nasza droga do permakultury i ogrodnictwa dzikiego</b>                                                                                           | <b>9</b>      |
| Kim jesteśmy i co mamy do powiedzenia                                                                                                               | 9             |
| Związki między odżywianiem a życiem w zgodzie z naturą i ogrodnictwem naturalnym                                                                    | 11            |
| Następny krok: „Gmina pełna smakołyków”                                                                                                             | 21            |
| <br><b>Permakultura / ogrodnictwo dzikie. Wprowadzenie</b>                                                                                          | <br><b>24</b> |
| Wyjaśnienie terminów i definicja ogrodnictwa dzikiego                                                                                               | 24            |
| Strefy permakultury                                                                                                                                 | 26            |
| Krok dalej - ogrodnictwo dzikie                                                                                                                     | 27            |
| Sprawdzajcie WSZYSTKO!                                                                                                                              | 29            |
| Odpowiedzialność i zaufanie                                                                                                                         | 29            |
| Siła dzięki uważnej konfrontacji z wyzwaniami i zaufanie do natury                                                                                  | 29            |
| Ogrodnictwo i rolnictwo zrównoważone to wprowadzenie lub utrzymywanie naturalnego obiegu                                                            | 31            |
| Celem jest zmniejszenie nakładu pracy w ogrodzie, oszczędne podlewanie lub całkowite jego zaniechanie. To da się osiągnąć!                          | 31            |
| Zdrowy, ekologiczny rozwój oparty na wykorzystaniu nielicznych, naturalnych składników                                                              | 31            |
| Założenia ogólne i szczegóły tworzenia ogrodu i renaturyzacji: najważniejsza jest natura i jej powiązania, a człowiek zawsze jest na drugim, planie | 32            |
| Planowanie ogrodu z obiegiem naturalnym jest potrzebne i racjonalne                                                                                 | 33            |
| Nie zabezpieczamy na zimę - przygotowujemy do wiosny!                                                                                               | 33            |
| Natura jest genialna: niech żyją samosiejki!                                                                                                        | 34            |
| Mulczowanie, mulczowanie, mulczowanie... Kwintesencja ogrodnictwa dzikiego                                                                          | 34            |
| Trwała pokrywa roślinna jest zawsze lepsza niż nagi grunt                                                                                           | 34            |
| Kompostowanie powierzchniowe jest lepsze niż pryzmy kompostowe                                                                                      | 35            |
| <br><b>Próchnica w ogrodzie pomaga chronić klimat</b>                                                                                               | <br><b>37</b> |
| <br><b>Znaczenie „Wielkiej Całości”</b>                                                                                                             | <br><b>39</b> |
| Planowanie i aranżacja permakulturowego dzikiego ogrodu - szkice i objaśnienia                                                                      | 40            |
| Etapy planowania                                                                                                                                    | 41            |
| Zasady KLIMA-FIT w ogrodnictwie dzikim                                                                                                              | 44            |

|                                                                                                   |           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Realizacja                                                                                        | 46        |
| 1. Inspekcja                                                                                      | 46        |
| 2. Pomiary (jeśli to możliwe i konieczne w związku z położeniem na zboczu)                        | 46        |
| 3. Planowanie ogólne: szkice/plany                                                                | 46        |
| 4. Sporządzenie wykazu materiałów na podstawie planu ogólnego                                     | 47        |
| 5. Kalkulacja finansowa                                                                           | 47        |
| 6. Spotkania i wnioski do władz (w razie potrzeby)                                                | 48        |
| 7. Planowanie i uzgadnianie szczegółów ze wszystkimi zainteresowanymi                             | 48        |
| 8. Realizacja w praktyce                                                                          | 49        |
| <b>Elementy organizacji permakultury i ogrodu dzikiego</b>                                        | <b>51</b> |
| Harmonia współistnienia                                                                           | 51        |
| Naturalne zbiorniki wodne i filozofia wody                                                        | 51        |
| Ochrona wody to ochrona klimatu                                                                   | 51        |
| Retencja wody - przykład z natury                                                                 | 56        |
| Dzieci i woda                                                                                     | 58        |
| Łatwe, naturalne obsadzenie oczka ogrodowego                                                      | 60        |
| Tworzenie naturalnych płotów i ogrodzeń: żywopłoty naturalne i z martwego drewna, płoty wierzbowe | 60        |
| Żywopłót naturalny                                                                                | 62        |
| Żywopłót z martwego drewna (żywopłót Benjesa)                                                     | 63        |
| Wierzbowe płoty i tunele                                                                          | 65        |
| Płót wierzbowy - krok po kroku                                                                    | 66        |
| Tarasowanie skarp i rabaty na zboczach                                                            | 68        |
| Projekt przedszkole WIKI                                                                          | 72        |
| Szkoła podstawowa w Thal koło Grazu                                                               | 76        |
| Ogrodnictwo dzikie dla firm                                                                       | 81        |
| Zagon pagórkowy, „trzy siostry” i spółka                                                          | 85        |
| Zagon pagórkowy                                                                                   | 85        |
| Zagon pagórkowy - krok po kroku                                                                   | 86        |
| Reaktywacja pewnego ogrodu                                                                        | 90        |
| „Trzy siostry”                                                                                    | 92        |
| „Trzy siostry” - krok po kroku                                                                    | 95        |
| Podwyższone grządki                                                                               | 97        |
| Na marginesie: ślinik luzytański                                                                  | 100       |
| Pagórek ziołowo-warzywny                                                                          | 101       |
| Pagórek ziołowo-warzywny - krok po kroku                                                          | 102       |
| Ekologiczne obrzeża pod koronami drzew                                                            | 105       |
| Czym są obrzeża drzew?                                                                            | 106       |
| Zakładanie obrzeża krok po kroku                                                                  | 106       |
| Kopuła wierzbowa / igloo wierzbowe z ekologicznymi rabatami mieszanymi                            | 108       |
| Czym są wierzby głowiaste?                                                                        | 109       |

|                                                           |            |
|-----------------------------------------------------------|------------|
| Sadzenie i prowadzenie wierzby głowiastej - krok po kroku | 110        |
| Gatunki wierzb                                            | 110        |
| Wierzba wiciowa                                           | 110        |
| Wierzba purpurowa                                         | 111        |
| Wierzba biała                                             | 111        |
| Wierzba szara                                             | 111        |
| Wierzba trójpręcikowa (migdałowa)                         | 111        |
| Wierzba długokończysta                                    | 111        |
| Wierzbowe igloo i kopuła                                  | 111        |
| Kopuła wierzbowa - krok po kroku                          | 113        |
| Lista materiałów na kopułę wierzbową o średnicy 4 m       | 118        |
| Lista materiałów na tunel wierzbowy długości ok. 2,5 m    | 120        |
| Łąka kwietna dla pszczoł, motyli i spółki                 | 121        |
| Dzika łąka - krok po kroku                                | 124        |
| Dzkie kwiaty szczególnie przyjazne owadom (wybór)         | 126        |
| <b>Proste przepisy na domowe specjały</b>                 | <b>127</b> |
| Cola z bylicy boże drzewko                                | 128        |
| Marynowane ogórki, pepperoni albo papryczki chili         | 129        |
| Pesto z nasturcji                                         | 130        |
| Drożdżowa dżdżownica ze świeżymi ziołami                  | 132        |
| Miodek mniszkowy - łatwy, zdrowy i pyszny                 | 134        |
| Syrop z mniszka lekarskiego                               | 135        |
| Maść lecznicza z babki lancetowatej lub babki zwyczajnej  | 136        |
| Maść fiołkowa - po prostu genialna                        | 138        |
| Woskowijki własnej roboty                                 | 140        |
| <b>Dodatek</b>                                            | <b>142</b> |
| Inicjatywy - adresy i kontakty                            | 142        |
| Przydatne linki i książki                                 | 144        |
| Informacje o żywopłotach naturalnych                      | 144        |
| Polecane książki                                          | 144        |
| Łąka kwietna                                              | 144        |
| O autorach                                                | 145        |
| Sandra Peham                                              | 145        |
| Johann „Johnny” Peham                                     | 145        |
| Nagrody                                                   | 145        |